

Apuntes sobre plantas medicinales

Christian González Aceña





Durante mucho tiempo los remedios naturales y sobre todo las plantas medicinales fueron el único recurso del que disponía el ser humano. La medicina popular, los llerveros, los chamanes, los druidas , los médicos, curanderos y herboristas han mantenido esa sabiduría de la sanación natural viva hasta nuestros días.

El descubrimientos de plantas traídas de otros países cercanos o lejanos, con nuevas aplicaciones, sustancias y propiedades como las antibióticas, hormonas, vitaminas, antimicrobianas, antivíricos, antitumorales, con valores dietéticos muy interesantes en función de las diferentes enfermedades, han hecho posible el avance en el conocimiento de las plantas medicinales.

Hoy dia, la industria farmacéutica utiliza plantas medicinales para extraer sustancias irremplazables. Es muy importante el cultivo de estas plantas para la fabricación de los medicamentos.

UN POCO DE HISTORIA

Egipto

Los papiros hieráticos relativos a la medicina son los que nos han dado a conocer las experiencias y saberes de los egipcios en la antigüedad. El más valioso es el de Smith que data de la primera mitad del siglo 17 A.C. Este texto es una copia de otra obra que se remonta a los años 2980-2700 a.C. llamado Papiro Quirúrgico Edwin Smith. Importantes dos textos cercanos a este; El papiro ginecológico de Kahun y Gurob y el Papiro Ebers.

Además existen colecciones de recetas que copiaban los alumnos de las escuelas de medicina. Utilizaban más de 400 materias primas, constituidas en diferentes grupos.

1- Origen animal: Sangre, carne, leche, huevos, miel.

2- Origen vegetal: Arboles como el cedro, la higuera, el granado, el algarrobo, el melocotonero; Plantas como el ajo, la cebolla, el anís, , el trigo, la cebada, el comino, el cilantro, el eneldo, la lechuga, la adormidera, la vid y la sandia entre otras. Se utilizaban todas las partes vegetales: Hojas, raíces, flores, frutos, resina, madera, virutas, jugo, aceites, pajas además de su ceniza y el humo.

3- Origen mineral como por ejemplo: La arenisca, el alabastro, el antimonio, el plomo, la arcilla, el salitre, la sal común, etc.

Los preparados eran ingeridos en forma de píldoras, galletas, polvos, terrones, también se utilizaban supositorios. En aplicaciones externas se utilizaban ungüentos, pastas o purés.

Formulario terapéutico mesopotámico

Gracias a la escritura cuneiforme en tablillas nos llega la medicina babilónica, la más antigua nos llega del tiempo de los sumerios, entre el Tigris y el Éufrates, utilizaban básicamente remedios con plantas. El rey Mardukapalidine II (772-710 a.C) hizo construir un jardín en el que se cultivaron 64 especies de plantas medicinales cabe destacar: manzanos, granados, enebro, boj, mirra, adelfas, caña, verdolaga, mostazas, azafrán, hinojo, cebolla, pepinos, regaliz, rosas, alcaravea. Además hacían mención especial al eleboro, el beleño, la mandrágora, el cáñamo y la adormidera. Daban gran importancia a las horas del día en que se preparaban y se consumían los remedios, los más propicios eran al anochecer y al alba. Decocciones y maceraciones se preparaban al atardecer se dejaban reposar por la noche y se tomaban al alba. Los remedios eran frecuentemente absorbidos con miel, vino, aceite, agua o leche.

Según R.C. Thompson, el recetario mesopotámico trabajaba con 120 sustancias minerales y 250 plantas y 180 remedios de origen animal, algunos de los cuales aun hoy no se han podido identificar.

Muchos de estos remedios eran conocidos en el antiguo Egipto, posteriormente fueron recuperados por el mundo antiguo, en especial por los árabes que sumaron los conocimientos egipcios con los mesopotámicos.



RECOLECCION DE LAS PLANTAS MEDICINALES

La recogida de las plantas medicinales en sus lugares naturales ha de realizarse única y exclusivamente cuando estemos seguros al cien por cien de la planta que es, para evitar así posibles intoxicaciones o efectos no deseados. Es muy importante que estén en lugares exentos de contaminación y cuanto más alejado de núcleos urbanos, polígonos industriales y carreteras mas “limpias” estarán nuestras plantas.

Para identificar las plantas a recolectar existen diferentes guías botánicas como el Bonier de plantas vasculares de la península ibérica, además las plantas nacen en unas condiciones ambientales determinadas con suelos específicos y rodeadas de plantas compañeras, que hacen posible su identificación.

Utilizaremos tijeras y navajas bien afiladas, y será muy importante cuidar a las plantas que estamos recolectando, es decir no arrancarlas, cortarlas con cuidado y siempre dejar gran parte del número de plantas para no frenar su progresión.

Solo se recolectaran plantas sanas, en tiempo seco y sin ninguna duda de lo que estamos recogiendo. Separaremos en diferentes recipientes o bolsas de papel. Para ponerlas inmediatamente a secar, antes de que se marchiten.

SECADO DE PLANTAS

AL cortar las plantas para su secado, empiezan a sucederse una serie de transformaciones biológicas en la parte separada, el flujo de savia se corta, las células vegetales empiezan a marchitarse, comienza la deshidratación. Es muy importante inmediatamente después de cortar las plantas, extenderlas al aire en finas capas para evitar que se pudran.

Si el secado no se realiza correctamente, las plantas pierden su valor medicinal, es igual de importante que el cultivo o la recolección.

Se desaconseja el secado a pleno sol, ya que los rayos solares provocan una pérdida de materias activas, un amarilleamiento con un rápido oscurecimiento y una pérdida de su valor medicinal. Las plantas recogidas por sus aceites esenciales pierden un tercio de sus propiedades.

Es por tanto importante que los secaderos estén en el interior protegidos de la luz y además que la habitación tenga corrientes de aire para una correcta ventilación.

Un excesivo secado acarrea perdida de propiedades (materias activas) y la pulverización de las plantas.

SUSTANCIAS ACTIVAS DE LAS PLANTAS MEDICINALES

Gracias a los estudios de la Fitoquímica y la Química botánica podemos hoy día conocer las sustancias activas de las plantas.

1- Productos del metabolismo primario - Sacáridos (principalmente) son sustancias formadas en todas las plantas verdes gracias a la fotosíntesis que son indispensables para la vida.
2- Productos del metabolismo secundarios resultantes de procesos principalmente por la asimilación del nitrógeno. Que son aceites esenciales, (o esencias naturales), resinas y alcaloides.

CLASIFICACION DE LAS PLANTAS MEDICINALES EN FUNCION DE SUS EFECTOS

Plantas amargas

Influencia en la función gástrica, ejercen influencia sobre todo en caso de inapetencia, se toman antes de comer.

- Amargas puras: Centaura menor, Genciana.
- Amargas con sustancias aromáticas: Artemisa, Angélica.
- Amargas y con mucilago: Cáñamo, tusilago.

Astringentes- Adstringentia

Sustancias que actúan sobre la epidermis o sobre las mucosas, formando un precipitado sólido con el tejido proteico. Otro efecto que poseen es drenar el tejido con una acción antiinflamatoria. Compuestas principalmente de taninos.

Ej: Gayuba, Arándano, Agrimonia, Hipérico, Salvia, Consuelda, Margarita, Hisopo, Pulmonaria, las cortezas del sauce y del roble, Bardana, Hepática.

Anthiflogistica

Efectos vulnerarios, reducen las inflamaciones y aceleran la regeneración de los tejidos dañados, actuando sobre los epitelios o sobre la capa granular.

Ej: Manzanilla, Meliloto, Caléndula cura las heridas y las enfermedades de la piel, el brezo tiene efecto antiinflamatorio en la vías urinarias.

Carminativa

Facilitan el tránsito de los gases al exterior, las contracciones y los calambres de los músculos intestinales, frenan el desarrollo de las bacterias responsables de las fermentaciones.

Estas plantas poseen sustancias espasmolíticas que alivian los calambres son: Manzanilla, Anís, Hinojo, Enebro, Menta piperita, Salvia.

Sudoríficas

Plantas que facilitan la transpiración: Sauco negro, hojas de grosellero negro, la grama, Ulmaria.

Antidiaforeicas

Plantas que reducen la sudoración excesiva: Salvia, belladona, valeriana y con aplicación externa la corteza de roble, nogal.

Diuréticas

Plantas que favorecen la eliminación de la orina. Útiles frente a las infecciones de las vías urinarias. Resultan ligeramente desinfectantes además de diuréticas, buenas para afecciones de pequeños cálculos renales.

Con problemas de cirrosis, afección renal más severa o problemas cardiacos tienen una acción desfavorable.

Ej: Cardo santo, bolsa de pastor, hoja de abedul, brezo, hojas de gayuba.

Expectorantes Expectorantiamucillaginosa

Plantas medicinales que favorecen la expectoración. Contienen sustancias vegetales con mucilago que se hincha en la presencia de agua y que humedecen, gracias a sus propiedades hidrófilas la región que rodea la entrada de la laringe, atenua la inflamación al mismo tiempo que reducen las ganas de toser.
Alguans de estas plantas contiene además aceites esenciales y saponinas como : Malva, malvavisco, flor de gordolobo, llantén.

Expectorantes Expectorantia emética

Aumenta las secreciones de las glándulas bronquiales y de los bronquios. En grandes dosis son eméticas, provocan el vomito. En pequeñas dosis solo nauseas, lo que aveces medicamente es deseable.
Ej: Gatuña, raíz de primavera, regaliz, flor de gordolobo.

Expectorantes Expectorantiastimulatantia

Plantas que contienen sustancias volátiles que se eliminan a través del aparato respiratorio, en el que excitan las mucosas, facilitando la disolución de mucosidades y su expectoración. Las mismas sustancias relajan las contracciones de los músculos lisos de los bronquios, a la vez que son ligeramente desinfectantes.
Para tisanas podríamos utilizar: Serpol, hinojo, hojas de menta piperita, tomillo.

Antitúsica

Plantas expectorantes que calman la tos.
Ej: Malva, el malvavisco, pepita de membrillo, regaliz, musgo de Islandia, tusilago, llantén.
Preparadas en tisanas béquicas.

Colagogos

Se trata de sustancias que pueden mejorar la producción de bilis en las células hepáticas o ayudar a su eliminación en las vías biliares y de la vesícula.
Ej: hoja de boldo, la agrimonia, el cardo, el helenio, el marrubio, el ruibarbo.

Laxantes

Aceleran la evacuación intestinal
Raíces de regaliz y de ruibarbo, la correhuela y el lino.

Cardiotónica

Contienen glucósidos vegetales que aceleran el ritmo cardiaco. Presentan efectos secundarios sobre la eliminación del agua.
Ej: Adonis, el lirio de los valles, el espino albar, el eleboro.

Antiasmática

Contienen sustancias que actúan contra los espasmos bronquiales que acompañan el asma: belladona, estramonio, beleño.

Nervina y sedativa
Son sustancias calmantes, mucho más suaves que las sustancias químicas.
EJ: Valeriana, pasionaria, lúpulo y brezo.

Antiesclerótica
Ejercen una acción sobre el conjunto de las alteraciones degenerativas del sistema circulatorio, especialmente en el envejecimiento, pero también cuando son consecuencia de una forma de vida mal equilibrada. Colesterol, trombosis, hipertensión. Plantas ricas en vitamina c y rutina pueden tener efectos beneficiosos, como por ejemplo: El espino albar flores y hojas, drosera, ajo, muérdago, sófora.

PROPAGACION DE PLANTAS MEDICINALES

1-Semilla

Las semillas se colocaran en macetitas con agujeros de drenaje, con una base en el fondo de la maceta de piedrecitas para evacuar el agua sobrante. Colocaremos una mezcla de coco con compost como sustrato, le podremos añadir si quereis un 10% de arena de rio.

2- Esqueje

Dependiendo de la planta los haremos de ramas o brotes del año o de ramas leñosas cuando este durmiendo la planta en periodo de reposo

3- División de mata

PLANTAS MEDICINALES DE INTERIOR Y EXTERIOR

Plantas como la albahaca, el cebollino, la hierba buena, la melisa, el perejil los podemos cultivar en interior, siempre que reciban luz a poder ser directa y con una ventilación adecuada.

Con ellas podremos darle sabor y salud a nuestros platos e infusiones.

Sin embargo plantas como el romero o el tomillo, que son mas leñosas podrían aguantar los primeros años en interior pero es en exterior donde mejor estarán.

Las plantas que reciben un salto térmico mayor entre el dia y la noche son las que mas propiedades adquieren.

PLANTAS CERCANAS Y FACILES DE CULTIVAR

ALBAHACA *Ocimunbasilicum* L. Familia botánica: Labiadas.



Planta originaria de Asia meridional, es una planta herbácea anual.
Posee atractivas cualidades ornamentales, aromáticas, medicinales y melíferas.
Se recolectan las sumidades floridas varias veces a lo largo de la primavera y el verano.
Se ponen a secar a no mas de 40 ºC, a la sombra en secadero.
Rica en Aceite esencial, taninos, glucosidos y saponina.

Aplicación interna

Se puede utilizar en aplicación interna en infusión, poniendo 2 cucharadas de albahaca seca en un vaso de agua.
Es buena para las enfermedades de las vías respiratorias superiores, la tos, tosferina e inflamación de las vías urinarias.

Aplicación externa

En baños refrescantes, compresas vulnerarias, gargarismos, Esencia.

La esencia se utiliza en perfumería, fabricación de incienso y la industria alimentaria lo utiliza como añadido aromático.

ROMERO *Rosmarinusofficinalis* L. Familia: Labiadas

Arbusto maravilloso que reconocemos de lejos gracias a su olor penetrante.
Sus cualidades aromáticas y medicinales son aprovechadas desde la antigüedad.



Se recolectan las hojas y los brotes mas jóvenes en tiempo cálido y soleado. Se colocan en secadero a la sombra estirado sobre cañizos y con buenas ventilación a no más de 35 ºC. Hojas secas desprenden un fuerte olor embriagador y poseen un sabor amargo.



Imagen de un secador profesional con estructuras de madera.





Compuestos como alcaloides, saponinas, ácidos orgánicos y un 2% de aceite esencial concineol, alcanfor, borneol.

Las hojas y la esencia de romero formar parte de números compuestos antirreumáticos como el alcohol de romero. Efectos rubefacientes sobre la piel.
En infusión calma los nervios sobre todo durante la menopausia y provoca un efecto estimulante. Es diurética y colagoga, hace bajar la tensión y mejora los procesos digestivos. En grandes dosis es toxico sobre todo para mujeres embarazadas.

TOMILLO *Thymusvulgaris*L. Familia: Labiadas

Arbusto rastrero con flores de color blanco muy aromáticas. Originaria de la cuenca mediterránea, se ve en zonas soleadas. Se recolecta sus tallos foliados desde la antigüedad por sus propiedades medicinales. Los egipcios la utilizaban para embalsamar los cadáveres. Proviene del griego Thym- perfumar y vulgaris lo extendido que esta.
Así mismo es una de las plantas más ricas en minerales, gran fuente de potasio, hierro, magnesio ,calcio, manganeso y selenio.
Hay más de 300 variedades.



En plena floración se recolectan la parte superior de la planta, con tiempo soleado. Se ponen a secar a la sombra a no más de 35 ºC. Se conserva en recipientes cerrados de cristal.
Contiene: Jugos amargos, taninos, saponinas, antisépticos vegetales y aceite esencial el cual tiene timol y calvacrol.
El timol es un antiséptico maravilloso no daña la piel y tiene efecto desodorante. Se utiliza para la preparación de dentífricos.
Uso interno se toma en infusión a razón de 1 cucharadita por taza de agua, se toma tres veces al día, es resolutiva y calma la tos; aplaca los calambres y actúa como desodorante.



Se añade a gargarismos y a baños como curas de adelgazamiento.

Los tallos frescos se utilizan para extraer el aceite de tomillo rico en timol interesante para la cosmética.
Es muy aromático y se utiliza para perfumar salsas, embutidos conservas de carne o pescado y por supuesto el licor.



HIERVA BUENA morisca, Sándalo de agua *Menthaaquatica* L. var*crispa* (L.)
Planta herbácea vivaz, con rizomas subterráneos ramificados. Toda la planta desprende un olor aromático.
Se trata de una especie cultivada y obtenida a partir de diferentes cruces de variedades de menta.



Para uso medicinal se recolectan sus sumidades durante la floración, también se utilizan las hojas. Se ponen a secar en capas muy finas a la sombra a nos mas de 35ºC.

Su aceite esencial contiene especialmente carvona y posee taninos y principios amargos.
1 cucharada de producto en medio litro de agua para consumir tres veces al dia.

Eficaz para la inapetencia, trastornos gástricos, timpanitis, diarreas, calambres.
Es colagoga se utiliza en tratamientos de la vesícula biliar.

Las sumidades frescas por destilación dan una esencia que cumple con las mismas funciones que las hojas secas.
No es propensa a la peligrosa enfermedad roya de las mentas.
No contiene mentol.

Epoca de floración VII-IX
Cosecha: sumiaddes y hojas VII-IX

MELISA *Melissa officinalis*L. Familia Labiadas.

Originaria del mediterraneo. Planta vivaz herbácea, con los tallos erguidos y cuadrangulares, con hojas alternas y ovaladas. La planta esta recubierta de finos pelos, desprenden un olor penetrante a limón.



Melisa en flor.

Aparece en los jardines huertas y balcones con usos melíferos, medicinales y aromáticos.
Se recolectan sus hojas con tiempo seco, hasta tres veces al año. Se colocan en capas muy finas y a una temperatura que a poder ser no supere los 40 ºC.
Contiene de 0,1% a un 0,25% de aceite esencial principalmente compuesto de citral, citronelal y geraniol, además posee taninos y acidohidroxiterpenico.
El aceite desprende un agradable olor a limón.
Usos para la regulación y el tratamiento de los transtornos gástricos, contra los catarros gastro-instentinales y para estimular la secreción biliar. Además el aceite genera un efecto sedante.
La melisa posee también cualidades espasmolíticas y carminativas.
Se emplea sus sumidades para fabricar agua carminativa y en la fabricación de licores.

ALOE VERA *Aloe barbadensis* Miller Familia LiliÁceas

Planta suculenta, originaria del nordeste de África, aunque con algún endemismo en las Islas Canarias y Cabo Verde, que se ha extendido por las zonas cálidas de todos los continentes, especialmente en México donde es muy popular como remedio medicinal.
Esta planta se utiliza como recurso terapéutico popular desde tiempos muy remotos. Existen testimonios de su utilización en tablillas sumerias de más de 2000 años antes de la Era Cristiana.
Su estructura comprende la capa exterior protectora y recia, bajo la que se oculta otra de aspecto fibroso, que da lugar a la sustancia amarga amarilla con propiedades purgantes y la masa central gelatinosa, rica en agua y en polímeros. Cuando la planta es joven, el tronco es prácticamente inexistente. Conforme van pasando los años, es posible distinguir un tronco corto, apenas visible. Las flores, pequeñas y tubuliformes, son de color amarillo y tienen menor importancia para aplicaciones medicinales.
Como nombres comunes se utilizan Acíbar, aloe de Barbados, aloe de Curazao, sábila y zábila.

Propiedades medicinales del Aloe Vera o Sábila:
* Contiene vitaminas A, del grupo B, C, mucílagos, minerales, taninos, aceites, ácidos grasos (oleico y linoleico), aminoácidos,
* Tiene la propiedad de regenerar las células de la piel
* Tiene acción digestiva
* Tiene efecto depurativo
* Favorece la regeneración de tejidos internos
* Elimina hongos y virus
* Regenera las células de la piel
* Tiene efecto analgésico
* Protege el sistema inmunitario
* Posee acción antiinflamatoria







Usos medicinales del Aloe Vera o Sábila:

* Aplicando el gel localmente, es capaz de evitar y favorecer la desaparición de las ampollas
* Uso local del aloe vera sobre varices y venas varicosas
* Combate las irritaciones cutáneas
* La pulpa del aloe alivia el escozor y picos provocado por las picaduras de insectos, medusas o incuso ortigas.
* Para los casos de conjuntivitis
* Se utiliza para colitis ulcerosa, colon irritable e incluso enfermedad de Crohn
* Por su efecto cicatrizante es muy efectivo para eliminar o difuminar cicatrices y otras marcas en la piel como, por ejemplo, estrías.
* Para pie y piernas cansadas
* Favorece la buena salud de las encías, combatir el sarro e incluso puede eliminar algunas manchas en los dientes y blanquearlos. Simplemente debemos masticar un trozo del gel durante unos minutos varias veces por semana.
* Gracias a su poder analgésico y antiinflamatorio es eficaz para combatir: tendinitis, lumbago, esguinces, torceduras, golpes, etc.
* Lo podemos usar para protegernos de los rayos del sol
* Tanto aplicado regularmente sobre la piel como ingiriéndola, la pulpa de aloe es muy efectiva para combatir el eccema
* La Sábila evita el acné, y en caso de padecerlo ayuda a su eliminación.
* Podemos usar la pulpa para limpiar heridas abiertas



* Cuando se aplica después del afeitado o depilación ayuda a que la piel se recupere antes y además evita que aparezcan rojeces y granitos.
* El gel de a sabia se puede usar como gomina para fijar un peinado.
* La pulpa ingerida tiene un ligero efecto laxante.
* Irritación causada por pañales
* Para artritis y reuma se puede ingerir o aplicar localmente
* Elimina los hongos, como por ejemplo el pie de atleta
* Aplicando el gel o pulpa localmente favorece la desaparición de las hemorroides.
* Evita trastornos digestivos, incluyendo ardor de estómago o agruras
* En casos de quemaduras por sol, aceite caliente, etc. podemos aplicar el gel del aloe directamente varias veces al día, reduciendo la inflamación y el dolor.
* Dando un masaje en el cuero cabelludo con el aloe lo mantendremos sin caspa y sano.
* Es capaz de eliminar la candidiasis vaginal
* Aplicada con regularidad, evita la aparición de arrugas y elimina o difumina las ya existentes
* Limpia la piel en profundidad
* Elimina las manchas de la piel, especialmente las causadas por el sol.
* Por su acción analgésica podemos masticar o poner un trozo de gel de aloe en una muela que nos duela
* Alivia el dolor de cabeza, especialmente el causado por sinusitis.
* En caso de herpes labial únicamente hay que aplicar localmente un poco de gel varias veces al día para combatirlo.
* Alivia dolores musculares, torceduras o dolores en las articulaciones
* Además el aloe vera es muy beneficiosa para la piel de perros, gatos o caballos, por lo que podremos usarla para mejorar el estado de su piel, aliviar el picor, ayudar en la cura de heridas en la piel, dar brilo al pelo, etc





Subproductos obtenidos del
Aloe Vera
Barbadensis Miller
(los productos de absolutAloe se obtienen exclusivamente de la pulpa, mediante los procesos que menos alteran las propiedades de la planta)

Spray seco en polvo de Hoja Entera de Aloe Vera
Spray seco en polvo sin matriz
Concentrado Líquido de Hoja Entera
Concentrado de Hoja Entera de Aloe Vera
Proceso de Hoja Entera: Molido> Tratamiento de enzimas> Tratamiento de Carbón Activo> Filtrado

Cortezas
Proceso de extracción de Aceite
Extractos de Aceite de Aloe

Hoja Molida
Proceso de Deshidratación
Hoja entera de Aloe Vera Deshidratada

PLANTA FRESCA

Proceso de deshidratación
Gel de Aloe vera deshidratado 200x

Proceso de extracción del filete interno
Filete interno

absolut Aloe
Gel puro
Filtrado> Estabilizado
absolut Aloe
Food Grade 1x
Molido>Tratamiento de Enzimas> Filtrado>Estabilizado
Pulpa

Evaporación de vacío a Baja Temperatura
Concentrados líquidos
Ligero Tratamiento de Carbón Activo
Líquido Concentrado de Categoría Alimentaria 10X
Tratamiento de Carbón Activo> Filtrado>Estabilizado
Sin Matriz
Spray Seco en Polvo con Matriz
Sin Matriz

Categoría alimentaria 10X decolorada
Categoría alimentaria 200X en polvo
Spray seco en polvo estándar
Spray Seco en polvo Grado cosmética 200x
Grado Cosmética 10X



UNA RECETA DE LICOR DE HIERBAS



Licor Herves, hecho con base de anisado seco y anisado dulce al 50 % y hiervas y frutos medicinales.

INGREDIENTES

(A gusto del licorero. El mínimo son trece ingredientes. El máximo los que uno quiera. El componente básico son las hojas de hinojo que deben predominar sobre los demás ingredientes.)

HOJAS

-Hinojo (fonoll), *Foeniculumvulgare.*
-Melisa (tarongí), *Melissa officinalis*.
-Hierbabuena (herba sana), *Menthaspicata*.
-Menta (menta), *Menthapiperita*.
-Mejorana (moraduix), Origanummajorana.
-Lentisco (mata llentisclera), *Pistacialentiscus*.
-Hierba de Santa María (cost, herbacaragolera), *Tanacetum balsamita*.
-Ruda (ruda), *Ruta chalepensis*.
-Ginkgo (ginkgo), *Ginkgo biloba*.
-Pino carrasco (pi blanc), *Pinushalepensis*.
-Laurel (llorer), *Laurusnobilis*.
-Níspero del Japón (Nesprer del Japó), *Eriobotryajaponica*.

FLORES
-Granado (magraner), *Punicagranatum*.
-Rosal (roser), *Rosa sp.*

FRUTOS
-Guindo (guinder), Prunuscerasus.
-Cerezo (cirerer). Prunusavium.
-Fresas silvestres (fraules), *Fragaria vesca.*
-Algarrobas (garroves), *Ceratoniasiliqua*.
-Nogal (noguer), *Juglans regia.*
-Enebro (ginebró), *Juniperusoxycedrus.*
-Café (cafè), *Coffeaarabiga*.
-Anís estrellado (anís estrellat), *Illiciumverum*.
CORTEZA
-Canela (canyella), *Cinnamomumzeylanicum*.
HOJAS y FLORES
-Tomillo (farigola), *Thymusvulgare.*
-Romero (romaní), *Rosmarinusofficinalis*.
-Salvia (salvia), *Salvia officinalis.*
-Hierba luisa (herballuïsa), *Aloysiacitrodora*.
-Malva rosa (vauma rosa), *Pelargoniumcapitatum.*
-Lavanda (espigol), *Lavandula latifolia.*
-Abrótano hembra (camamil.la), *Santolina chamaecyparissus*.
-Madreselva (xuclamel), *Loniceraimplexa*.
-Olivo (olivera), *Olea europaea*.
-Tilo (til.ler), *Tilia platyphyllus*.

HOJAS, FLORES Y FRUTOS
-Naranjo (taronger), *Citrus sinensis*.
-Limonero (llimonera), *Citrus limon*.

